

Технологическая карта проекта физкультурно-спортивной направленности

ФИО инструктора по физической культуре: Балакина Вера Викторовна

Место работы: Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «Дзержинский детский сад №4 «Берёзка» комбинированного вида II категории»

Название проекта: НОД «Необычный поход»

Категория участников проекта: дети 5-6 лет

Форма: предметно-практическая деятельность

Цель и задачи проекта:

Цель: Повышение и развитие двигательной активности детей посредством использования нестандартного оборудования

Задачи:

Обучающие

- Формировать умения согласованно выполнять общеразвивающие упражнения.
- Обучить технике выполнения основных видов движения: прыжки на двух ногах через предмет с продвижением вперед, бросание мяча друг другу в ячейки координационной лестницы.

Развивающие:

- Развивать координацию движений и равновесие;
- Развивать физические качества и функциональные возможности организма.

Воспитательные:

- Воспитывать интерес к занятиям с использованием нестандартного оборудования; потребность к ведению здорового образа жизни; трудолюбие и стремление к достижению поставленной цели.

Описание проекта

	Определение этапов проекта	Базовые понятия; задачи, средства, методы деятельности в рамках проекта на основе планируемых результатов	Формы организации деятельности и участников проекта	Действия инструктора по физической культуре по организации деятельности участников разрабатываемого проекта	Действия участников в формате этапов проекта	Результат действий участников проекта по достижению планируемых результатов	Используемые теоретические и практические материалы
1	Подготовительный:	<p>Методы: наглядный, практический. Разработать план конспекта НОД; Изготовить нестандартное оборудование для занятия;</p> <p>Разучить с детьми комплекс общеразвивающих упражнений Провести беседы с детьми о пользе физкультурных занятий.</p>	<p>Индивидуальная</p> <p>Индивидуально-групповая</p> <p>Групповая, фронтальная</p>	<p>Сбор информации для разработки конспекта</p> <p>Изготовление нестандартного оборудования из бросового материала</p> <p>Разучивание с детьми комплекса общеразвивающих упражнений</p> <p>Беседа «Физкультура всем полезна»</p>	<p>Оказывают посильную помощь</p> <p>Выполняют упражнения</p> <p>Внимательно слушают, отвечают на вопросы.</p>	<p>Развитие интереса детей к упражнениям с нестандартным оборудованием, потребности в занятиях физической культурой. Повышение интереса к здоровому образу жизни.</p>	<p>Л.И. Пензулаева «Физическая культура в детском саду»</p> <p>Интернет ресурс</p> <p>Т.Е. Харченко, комплексы упражнений.</p> <p>Презентация о здоровом образе жизни.</p>

2	<p>Основной</p> <p>Конспект НОД по физической культуре для детей старшей группы (5-6 лет). Тема: «Необычный поход»</p> <p>Вводная часть 5 мин</p>	<p>Организованность и проверка готовности воспитанников к занятию, инициировать внимание детей, подготовить их организм к основной части занятия.</p> <p>Словесный Практический метод.</p>	Фронтальная	<p>Встречает детей при входе, руководит их действиями.</p> <p>- Группа, становись! Равняйся! Смирно! Здравствуйте!</p> <p>- За окном звенит капель, птичек радостная трель. День нас с солнышком встречает и с собой вперед зовет. В необычный наш поход. А необычный он ребята тем, что необычные препятствия и трудности нас ждут. Но не боимся мы преград, и каждый в поход отправится рад! Ребята вы готовы?</p>	<p>Проходят в зал под музыкальное сопровождение</p> <p>Здороваются.</p> <p>Да</p>	<p>При ходьбе и беге с остановкой быстро реагируют на сигнал, хорошо ориентируются в пространстве.</p>	<p>Цветные фишки на каждого ребенка, свисток, аудио запись быстрой и медленной музыки.</p>
---	---	--	-------------	--	---	--	--

		Игровой	<p>- А чтобы все трудности и препятствия преодолеть, что мы с собой возьмём?</p> <p>И хорошее настроение! С таким арсеналом оружия нам трудности не страшны!</p> <p>- Наш поход начнём с разминки, а именно с игры «Быстро по местам».</p> <p>Задание: Запомнить свой цвет и место фишки. Кто правильно найдёт свой цвет, тот самый ловкий и внимательный. После паузы бег с заданиями. Ходьба и бег чередуются. Игра повторяется 2раза ходьба —2 раза бег.. Восстанавливаем дыхание,</p>	<p>Ответ детей. Быстроту, ловкость, меткость, выносливость, смелость, силу, гибкость, находчивость.</p> <p>Выполняют разминку по кругу по инструкции педагога. Идут по кругу на носочках, на пяточках. Переход на бег по изменению музыки. Пауза в музыке (поиск своей цветной фишки)</p> <p>Выполняют</p>	<p>Воспитано чувство ответственности и коллективизма.</p>	
--	--	---------	---	--	---	--

	<p>Основная часть 17 мин</p>	<p>Словесный, практический</p>		<p>продолжаем ходьбу по залу, высоко поднимая колени, на 1-3 шага вдох, 4-6 шага выдох и на выдохе произносим звук ш-ш-ш. Повторяем 3 раза.</p> <p>- Дружно мы размялись и в поход собрались. А продолжим наш поход не пешком, а на морском транспорте, на корабле. На палубу зайдем, на скамью сядем верхом.</p> <p>-Группа внимание! Перестроение в три колонны за направляющим через середину зала шагом марш! К скамейкам подходим с правой стороны, садимся поперёк скамейки на дистанцию вытянутой руки.</p>	<p>упражнения на восстановление дыхания</p> <p>После разминки перестраиваются в три колонны и подходят к скамейкам с правой стороны. Садятся поперек на дистанцию вытянутой</p>		<p>Гимнастические скамейки (3 шт).</p>
--	----------------------------------	------------------------------------	--	--	---	--	--

	ОРУ на гимнастических скамейках.		<p>1. И. п. — сидя на скамейке, руки на пояс. 1 — руки в стороны; 2 — руки за голову; 3 — руки в стороны; 4 — исходное положение.</p> <p>2. И. п. — сидя на скамейке, руки за голову. 1 — руки в стороны; 2 — наклон вправо (влево), коснуться пальцами пола; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 - исходное положение .</p> <p>3. И. п. — сидя на скамейке, руки на пояс. 1 — руки в стороны; 2 — поворот, руки на плечо другу; 3 — выпрямиться, руки в стороны; 4 — исходное положение .</p> <p>4. И. п. — стоя лицом к скамейке,</p>	<p>руки. Выполняют упражнение под счет 5-6 раз.</p> <p>Выполняют упражнение под счет 6 раз.</p> <p>Выполняют упражнение под счет 5-6 раз.</p> <p>Выполняют</p>	<p>Развита сила мышц рук, плеч и туловища, сила и гибкость основных групп мышц, психомоторные и координационные способности, навыки равновесия.</p>	
--	----------------------------------	--	--	--	---	--

			<p>руки вдоль туловища. 1 — шаг на скамейку правой ногой; 2 — шаг на скамейку левой ногой; 3 — шаг со скамейки правой ногой; 4 — шаг со скамейки левой ногой. Поворот кругом и повторение задания.</p> <p>5. И. п. — стоя правым боком к скамейке, руки вдоль туловища. Прыжки на двух ногах вдоль скамейки по кругу на счет «1—8»; поворот кругом и повторить прыжки, чередования с ходьбой.</p> <p>- Молодцы, дружно и правильно всё выполняли. Но посмотрите, после урагана на нашем пути повсюду</p>	<p>упражнение под счет 3-4 раза.</p> <p>Выполняют под счет 2-3 раза.</p>		
--	--	--	---	--	--	--

	<p>Основные виды движений.</p>	<p>Словесный, показ, практический поточный</p>	<p>Групповая, индивидуальная</p>	<p>лежат, деревья, ветки, бревна, доски. Как нам быть? Что же делать?</p> <p>1. Прыжки через скамейку с продвижением вперед. - Встаём боком к скамье. Упираемся руками на скамью таким образом, чтобы большие пальцы рук были сверху, а остальные снизу, отталкиваемся обеими ногами вместе и прыжком переносим их через скамью. Затем руки переставляем вперед и повторяем прыжок. После прыжков через скамью выполняем прыжки через канат с продвижением вперед и проходим по доске руки в стороны.</p>	<p>Бревна, деревья и ветки перепрыгнуть, а по доскам пройти</p> <p>Внимательно слушают, смотрят показ, выполняют основные виды движений самостоятельно Поточным методом 3 раза</p>	<p>Дети могут выполнять сильный толчок и мягкое приземление на носки с сгибанием колен, чем добиваются устойчивого равновесия при приземлении.</p>	<p>Гимнастические скамейки – 4; фишки красные –2, синие -2; баскетбольный мяч – 2; баскетбольный щит с кольцом – 2.</p>
--	--------------------------------	--	----------------------------------	--	--	--	---

	<p>Подвижная игра «Поменяйся, местами».</p>	<p>Игровой Развивать ловкость, быстроту, внимание; умение не сталкиваться.</p>	<p>Работа в парах Фронтальная</p>	<p>2. Равновесие - ходьба по бревну с мячом, при ходьбе на середине скамьи выполняем приседание, мячом задеваем фишку справа, а затем слева. Сходим со скамьи.</p> <p>3. Бросание мяча друг другу в ячейки координационной лестницы.</p> <p>Вот мы и справились с необычными препятствиями и трудностями в нашем походе, а теперь играть начнём и немного отдохнем!</p> <p>- Для игры нам нужно встать в круг, на вытянутые в стороны руки. И так как у нас необычный поход, то и для игры у нас не просто мячи, а</p>	<p>Внимательно слушают правила игры</p> <p>Выполняют условия..</p> <p>Встают в круг, в руки берут</p>	<p>Сохраняют равновесие при ходьбе по ограниченной поверхности.</p> <p>Развит глазомер, ловкость, точность движений.</p> <p>Ловкость, внимательность, быстрота реакции, эмоциональность, коллективизм.</p>	<p>Нестандартное оборудование: координационная лестница, мячи.</p> <p>Нестандартное оборудование: мячи (по 5 средних воздушных шаров, соединенных скотчем в один).</p>
--	--	--	--	--	---	--	--

			<p>необычные мячи. Воздушный шар, но не один, а несколько. Возьмите их в руки.</p> <p>У каждого из вас в руках необычный мяч. Мы все вместе проговариваем следующие слова: « Эй, ребята постарайся и местами поменяйся!» После этих слов я называю имена, тех ребят, которые будут меняться. Но прежде чем поменяться места, нужно повыше подкинуть необычный мяч и за тем быстро встать на место того, с кем нужно поменяться. И поймать его мяч. Ребята, уточняем правила безопасности. Мяч</p>	<p>один мяч из шаров.</p> <p>Играют в игру 2-3 раза. Все вместе проговаривают слова . По сигналу меняются местами, стараясь не потерять мяч своего напарника.</p>		
--	--	--	---	---	--	--

	<p>Заключительная часть. 3 мин.</p> <p>Малоподвижная игра «Пол, нос, потолок»</p>	<p>Игровой</p> <p>Развивать ловкость, внимание.</p>		<p>подбрасываем только вверх, а не в стороны. И при перемещении постарайтесь не столкнуться.</p> <p>Правила игры. Слушайте внимательно. На слово: «Пол»-садимся, касаемся руками пола. На слово «Нос»-касаемся руками носа. На слово «Потолок»-поднимите руки вверх. Игра заканчивается тогда, когда останется один самый внимательный игрок.</p> <p>- Ребята, вам понравился поход? Какие физические качества вам пригодились для преодоления препятствий?</p>	<p>Слушают правила игры</p> <p>Играют в игру на внимание.</p> <p>Да Быстрота, ловкость, прыгучесть, гибкость, меткость, выносливость.</p>	<p>Умеют отвечать на вопросы Знают физические качества своего организма</p>	
	<p>Рефлексия</p>						

				<p>Было очень трудно? А как вы думаете почему вам было легко? Именно поэтому все трудности и препятствия вы преодолели. Мне тоже очень понравился наш поход. Спасибо.</p>	<p>Нет Мы дружные. Делаем зарядку каждый день, занимаемся физкультурой, любим спорт, закаливаемся, прогулки на свежем воздухе Под музыку дети уходят.</p>	<p>Развито чувство взаимопомощи, коллективизма.</p>	
	<p>Заключительный: Открытое занятие для педагогов ДОУ</p>	<p>практический, репродуктивный, словесный, наглядный. Способствовать положительной мотивации к участию детей физкультурно-оздоровительных мероприятиях.</p>	<p>Индивидуальная, групповая, фронтальная</p>	<p>Проведение открытого занятия для педагогов ДОУ</p>	<p>Участие в открытом мероприятии</p>	<p>Педагог повысил свою профессиональную компетентность, дети получили опыт показа своих навыков и умений педагогам детского сада.</p>	<p>Атрибуты к занятию (см. конспект НОД)</p>
	<p>Самоанализ проведенного мероприятия</p>	<p>Данный проект реализован детьми в течении недели. Для данного проекта был составлен конспект, изготовлено нестандартное оборудование для проведения физкультурного занятия с учетом возрастных особенностей детей. Дети получили большой опыт применения нестандартного оборудования в подвижных играх и могут применить этот опыт в свободной деятельности. Повысился интерес к занятиям физкультурой и здоровому образу жизни. Считаю, что данный проект был полезен для физического, познавательного и эмоционального развития детей. Считаю, что цель и задачи были достигнуты. Ребята себя активно проявляли в ходе проведения мероприятий проекта.</p>					